

Urania-Veranstaltungen im April 2024:

**Anmeldungen sind unter der Tel.: 03901/2 77 33 oder
Urania SAW3@gmx.de erforderlich!**

Dienstag, 2. April 2024, 15.00 – 16.30 Uhr

BETRIEBSFÜHRUNG

„SoLawi“

Führung im Betrieb "SoLawi" in Volzendorf

SoLawi bedeutet Solidarische Landwirtschaft. Während der Führung wird die Idee und ihre Verwirklichung vorgestellt. „Begonnen wurde die SoLawi im März 2016, als die ersten aus dem Gärtner*innen-Team hier hergezogen sind. Seitdem bauen wir Gemüse an, sind gewachsen und haben uns entwickelt. In den letzten Jahren wurde vermehrt auf Pferdearbeit gesetzt, was dem Bodenleben gut tut und unseren Verbrauch von fossilen Brennstoffen reduziert. Auch gab es weitere Versuche der Nützlingsanzucht zur ökologischen Schädlingsbekämpfung, sowie weitere Blühstreifen für Insekten. Es wird weiterhin bei einigen Kulturen Transfermulch verwendet, u.a. um der Verdunstung des Wassers entgegen zu wirken. Auch arbeiten wir viel mit Untersaaten. Eine weitere Besonderheit an unserer Gärtnerei ist, dass wir eine eigene Jungpflanzenanzucht haben. Und natürlich, dass wir Gärtner*nnen als Kollektiv, also ohne Chef*in arbeiten.“ (Quelle – www.SoLawi-volzendorf.org)

Ort: SoLawi, Haus Nr. 9 in Volzendorf (Lemgow)

Fahrgemeinschaften sind möglich: Treffen um 14.40 Uhr auf dem Parkplatz Chüdenwall

Gebührenfrei (Beteiligung an Spritkosten erwünscht)

Voranmeldung erforderlich!

Mittwoch, 3. April 2024, 17.00 Uhr

INFORMATIONSVORANSTALTUNG

„Schulden und Privatinsolvenz“

Der Weg in die Schuldenspirale kann vielfältige Gründe haben und bringt Schuldner oft an den Rand ihrer Existenz. Im Rahmen der Informationsveranstaltung wird die Arbeit der ortsansässigen Schuldnerberatung der Diakonie Altmark West e.V. vorgestellt. Dabei werden auch die möglichen Wege aus der Schuldenfalle aufgezeigt.

Manchmal bleibt jedoch nur der Weg über das Verbraucherinsolvenzverfahren. In der Veranstaltung wird Ihnen der Ablauf, Kosten und die Dauer vorgestellt, sowie die Vor- und Nachteile, die das Verfahren mit sich bringt. Zudem bekommen Sie einen Einblick aus dem Pilotprojekt der aufsuchenden Schuldnerberatung für Senior*Innen. Der Vortrag ist auch für Jugendliche und Teilnehmer jedes Alters angedacht.

Ref.: Anne-Sophie Vogler, Insolvenz- und Schuldnerberaterin

Ort: Urania, Reichestraße 12, Salzwedel

Gebührenfrei

Voranmeldung erforderlich!

Donnerstag, 4. April 2024, 15.30 Uhr

VORTRAG
„Immanuel Kant“

Der Geburtstag des großen deutschen Philosophen jährt sich am 22. April zum 300. Mal. Seine Philosophie gilt als Höhepunkt der Aufklärung und gleichzeitig als Schwelle zur deutschen Klassik.

Das Jubiläum soll Anlass sein, um über sein Leben und Werk und die heutige Aktualität seiner Philosophie nachzudenken.

Ref.: Dr. Wolfgang Fölsch

Ort: Urania, Reichestraße 12, Salzwedel

Gebühr: 4,00 € (M), 5,00 € (NM)

Voranmeldung erforderlich!

Donnerstag, 4. April 2024, 17.30 – 20.15 Uhr

AQUARELLKURS MIT HARTMUT ROMPEL FÜR ANFÄNGER UND FORTGESCHRITTENE

„Stadtbilder - von der Zeichnung zum Aquarell“

Theorie und praktische Übungen im Urania-Haus (2 Abende)

sowie mit Stift, Farbe und Pinsel durch die Altstadt von Salzwedel (4 Abende)

Ort: Urania, Reichestraße 12

Umfang: 18 Stunden (6 x 3 Stunden)

Gebühr: 90,00 €

Voranmeldung erforderlich!

(Mitbringen: Stift, Aquarellkasten, Aquarellpinselsortiment, Aquarellblock, Wassergefäß)

Dienstag, 09. April 2024

**Bildungsfahrt für Technikinteressierte
Sehnde und Hänigsen im Raum Hannover**

PROGRAMM

- Führung Straßenbahnmuseum in Sehnde mit Fahrt in einer historischen Straßenbahn
- Besuch beim Kalibahn Niedersachsen Riedel e.V. mit dem Vortrag während einer Fahrt mit einem Schienenbus um Kaliberg bei Hänigsen

Abfahrt: ca. 7.30 Uhr - Ankunft in Salzwedel: ca. 18.30 Uhr

Mittwoch, 10. April 2024, 17.00 Uhr

VORTRAG
„Geschichte der Bibliotheken Salzwedel“

Ref.: Steffen Langusch (Stadtarchivar)

Ort: Urania, Reichestraße 12, Salzwedel

Gebühr: 4,00 € (M), 5,00 € (NM)

Voranmeldung erforderlich!

Donnerstag, 11. April 2024, 15.45 – ca. 17.15 Uhr

DIVERSE WÜSCHE-KARTEN BASTELN

Leitung: Michaela Juhl

Ort: Urania, Reichestraße 12, Salzwedel

Gebühr: 4,00 € (Kinder), 5,00 € (Erwachsene) - ohne Materialkosten

Bitte Klebestift und Schere mitbringen

Voranmeldung erforderlich!

Samstag, 13. April 2024

WANDERUNG „KALBESCHER WERDE“ MIT CHRISTINE SCHULENBURG
U. A. ÖKOSYSTEME, GLAZIALE SERIE UND NATURSCHUTZ

ca. 20 km insgesamt

Es ist geplant, von Salzwedel bis nach Brunau mit PKWs in Fahrgemeinschaften zu fahren und ab Brunau zu wandern.

Bitte ausreichend Trinkwasser und eventuell etwas Verpflegung mitnehmen! Es gibt eine Einkehrmöglichkeit auf der Rückstrecke auf dem Reiterhof Mehrin. Nach dem vorhergesagten Wetter entsprechend sich kleiden und gutes Wanderschuhwerk tragen!
Wichtig: gute Konditionen!

Treffen für Fahrgemeinschaften **in Salzwedel um 8.30 Uhr** – Parkplatz Chüdenwall
Treffen **in Brunau um 09.00 Uhr** – Parkplatz NP (Bahnhofstr.)

Gebühr: 5,00 € (+ Beteiligung an Spritkosten)

Beim Starkregen fällt die Veranstaltung aus. Voranmeldung bis zum 10. April erforderlich!

Mittwoch, 17. April 2024, 19.00 Uhr

Interessengemeinschaft Geologie Salzwedel
VORTRAG "**Zeigerpflanzen - Vorkommen und Bedeutung**"

Ref.: Marianne Lüders

Ort: Urania, Reichestraße 12, Salzwedel

Gebührenfrei

Freitag, 19. April 2023

FAHRRADWANDERUNG



mit Birgit Vollmer

nach

Maxdorf

ca. 20 km Strecke

Treffpunkt: 9.00 Uhr, Altstädter Bahnhof (*Salzwedel*)

- *Zwischenstopp am ehemaligen Standort der Schulenburg an der Jeetze bei Stappenbeck*
- *Besichtigung der Dorfkirche in Maxdorf*

(Beginn: 10.30 Uhr – *Teilnahme auch für Nichtfahrradfahrer möglich*)

Ankunft in Salzwedel ca. 13.00 Uhr:

Gebühr: 5,- €

Anmeldung erforderlich!

Montag, 22. April 2024, 16.30 Uhr

VORTRAG

„Förderung der Knochengesundheit mit Wildkräutern“

Laut Robert-Koch-Institut nimmt das Risiko, an Osteoporose zu erkranken, ab dem 65. Lebensjahr deutlich zu.

Daher ist es nie zu früh und auch möglich, sich um eine gute Knochengesundheit zu kümmern.

Sie erfahren:

Welche Mineralien und Vitamine braucht es, um die Knochen stabil zu erhalten bzw. ihnen zu neuer Stabilität zu verhelfen.

Welche Rolle können häufig vorkommende Wildkräuter dabei spielen?

Welche Kräuterzubereitungen können die Knochengesundheit ganz praktisch unterstützen?

Ref.: Heidrun Weiß, staatlich anerkannte Ergotherapeutin, IHK-zertifizierte Kräuterfrau, Fortbildung in ganzheitlicher Ernährung

Ort: Urania, Reichestraße 12, Salzwedel

Gebühr: 5,00 €

Voranmeldung bis zum 19.04.24 erforderlich!

Dienstag, 23. April 2024, 19.00 – 20.30 Uhr

THEMENABEND

„Energieräuber des Tages aufspüren & neue Energie tanken“

Gesund ist, wer sich gesund ernährt und ausreichend bewegt!

Aber gibt es noch etwas Entscheidendes,
um sich gut und voller Power zu fühlen?

Was genau raubt Dir den lieben langen Tag
die Energie?

Wie erkennst Du Energieräuber
und was kannst Du dagegen tun?

Lerne, wie Du Stück für Stück Dein Leben
in die richtige Richtung lenkst.

Freue Dich auf spannende
90 Minuten

„voller Energie“

Ref.: Kathrin Duhm (Beraterin für Gesundheit & Persönlichkeitsentwicklung)

Ort: Urania, Reichestraße 12, Salzwedel

Hutkasse

Voranmeldung erforderlich!

Einführung Gewaltfreie Kommunikation - GfK

Lerne durch deine gewaltfreie
Kommunikation gegenseitige
wertschätzende Verbindung.

Dieser Kurs bietet dir einen Einstieg in die
GfK und richtet sich an Einzelpersonen,
Familien, Paare, Institutionen und
Unternehmen. Es ist ein Prozess der
Achtsamkeit, der es uns ermöglicht
authentisch und effektiv für unsere Belange
einzutreten. Der Rahmen der GfK sind die
4 „Schritte“. Diese möchte ich durch einen
kurzen theoretischen Abschnitt aufzeigen. Im Anschluss folgt eine praktische Übung. Zum
Schluss tauschen wir uns gemeinsam aus und es bleibt Zeit für Fragen. So wird die GfK
erlebbar!

"Macht miteinander, heißt: Dinge so zu tun, dass ich dabei mein Leben und das der anderen
bereichern möchte.

So bekommen wir am ehesten, was wir brauchen, ohne später dafür bezahlen zu müssen.“

Dr. Marshall Rosenberg

Dozentin: Heilpraktikerin Hannelore Huber

GfK-Trainerin, Supervisorin, Mediatorin, Coach. Kundalini Yogalehrerin.

Wann: 24.04.2024 um 18.30 Uhr

Ort: Salzwedeler Urania e. V., Reichestr. 12 in Salzwedel

Gebühr: 10,00 €

Anmeldungen erforderlich

Montag, 29. April 2024, 17.00 Uhr

Einfach Singen.. Einfach Singen.. Einfach Singen

*Für alle, die Lust haben, einmal im Monat zu singen, was uns gefällt. Jede/r kann Vorschläge
bringen, ich stecke den Rahmen. Mitbringen: einen offenen Geist, Freude am Singen ohne
Anspruch, einfach, weil es gut tut und Spaß macht!!!*

Ref.: Gisa Märgner, 0171/ 3521105

Treffpunkt: Urania, Reichestr. 12, Salzwedel

Voranmeldung erforderlich!



Vorschau auf den Mai

Mittwoch, 8. Mai 2024 um 14.30 Uhr

KRÄUTERFÜHRUNG MIT HEIDRUN WEIß IN BELAU

Thema: "Essbare Geschenke aus der Natur"

Im Frühling startet die Natur nach dem Winterschlaf mit neuer Kraft durch. Jetzt finden wir in den frisch ausgetriebenen und noch mild schmeckenden Pflanzen besonders viele Mineralien und Vitamine vor. Der perfekte Zeitpunkt, um sich auf Wildkräuter-Schatzsuche zu begeben und daraus leckere Zubereitungen herzustellen. Das erwartet Sie:

**7-8 Wildpflanzen mit allen Sinnen erkennen
giftige "Doppelgänger" unterscheiden lernen
einen Überblick über die wichtigsten Inhaltsstoffe bekommen
erfahren, welche Pflanzenteile essbar sind
geschichtliche Hintergründe und Mythen zu den Pflanzen hören
kleine Wildkräuter-Zubereitungen probieren**

Ref: Heidrun Weiß, staatlich anerkannte Ergotherapeutin, IHK-zertifizierte Kräuterfrau, Fortbildung in ganzheitlicher Ernährung

Dauer der Führung: 2,5-3 Stunden

Laufstrecke: ca. 2 km

Treffpunkt:

-> von der Durchgangsstr. (B71) in Bergen aus Richtung Salzwedel kommend: am "Antik-Café" links in die "Dr. Koch Straße" Richtung Thune / Terra est Vita abbiegen

-> dem Straßenverlauf bis Belau folgen (ist der nächste Ort, ca. 1,5 km entfernt)

-> in Belau kurz vor dem Ortsausgangsschild links in Richtung Rundling abbiegen und rechts am Straßenrand parken.

-> Treffpunkt ist an der Kreuzung Richtung Radwegaussschilderung "Schnega-Bahnhof"

Gebühr: 24,00 €

Wetterangepasste Kleidung ist ratsam, da die Führung auch bei Regen stattfindet. Bei Unwetterlagen (Sturm, Gewitter, Starkregen) findet die Führung nicht statt.

Hunde können nicht mitgebracht werden

Fahrgemeinschaften sind möglich.

Anmeldungen bis zum 02.05.24 erforderlich!

Dienstag, 14. Mai 2024

ARCHÄOLOGISCH-HISTORISCHE WANDERUNG LÜDELSEN (RUNDWANDERUNG)
MIT LOTHAR MITTAG

Treffen: 9.30 Uhr Parkplatz Salzwedel, 10.00 Uhr am Großsteingrab Stöckheim

Länge des Weges: 4 km

Dauer der geführten Wanderung: ca. 2 Stunden (Gehzeit: ca. 1 Stunde)

Gebühr: 5,00 €

(+ eventueller Unkostenbeitrag für den Fahrer der Fahrgemeinschaft, die möglich ist)

Anmeldungen bis zum 07.05.24 erforderlich!